

## vhs in Gomadingen

Ansprechpartner: Dr. Thomas Helmer

Telefon: 07385 1590  
E-Mail: gomadingen@vhsbm.de  
www.vhsbm.de



### Fahrradausfahrt

#### Vier-Täler-Tour mit dem E-Bike

Wir fahren mit dem Pedelec ca. 70 km durch idyllische Alb-Täler, wobei es größtenteils auf gut befahrbaren, geschotterten Wegen über die Alb geht. Die Tour führt von Gomadingen über Wimsen nach Zwiefalten und zurück durch das Lautertal. Während der Mittagspause gibt es eine Einkehrmöglichkeit. Die Radtour findet nicht bei Regenwetter statt (Auskunft: 07385 1590). Das Fahren erfolgt auf eigene Gefahr bzw. in eigener Verantwortung, es besteht Helmpflicht und es gilt die StVO. Im Fall einer Panne ist man selbst für die Reparatur/Abholung verantwortlich. Es besteht die Möglichkeit, ein Pedelec zu leihen: Fahrradverleih Peter Treß in Gomadingen, 07385 1517 oder 0172 1960530, info@fahrradverleih-tress.de. Bitte mitbringen: Pedelec mit vollständig geladenem Akku, Ladegerät und Schlüssel für Akku, Radhelm, Fahrradschloß, Ersatzschlauch, Getränk, Mund-Nasen-Schutz.

|   |                   |
|---|-------------------|
| 212-81329   | Dr. Thomas Helmer |
| Do 23.09.21   | 10:00 - 17:00     |
| Treffpunkt: Sportplatz Gomadingen (Ödenwaldstetter Str. 44) |                   |
| 20 €  |                   |

Wir bitten um Verständnis, dass es aufgrund der Corona-Pandemie zu Änderungen im Programm kommen kann. Sie werden benachrichtigt, wenn der von Ihnen gebuchte Kurs nicht stattfinden kann.

### Tiere

#### Faszinierende Alpakas

Für alle von 4 - 99 Jahren, Kinder von 4 - 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Diese neugierigen und aufmerksamen "Wolleböbbei" ziehen jeden in ihren Bann. Sie nehmen schnell Sichtkontakt auf und zeigen sich als aggressionslose und liebenswerte Geschöpfe. In diesem Kurs werden Hintergründe zur Tierart, zur Haltung und zur Verwertung der wertvollen Faser vermittelt. Im Stall nehmen wir direkt Kontakt zu den Alpakas auf und wir werden auch eine kleine Runde mit den Tieren laufen. Ein Besuch im Hofladen mit Faserprodukten der Alpakas steht jedem Besucher frei. Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr von 17 Euro. Bitte das Alter bei der Anmeldung mit angeben. [www.achalm-alpaka.de](http://www.achalm-alpaka.de).

|                                   |                                 |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| 212-81150                         | Herbert Ruch                    |
| Do 11.11.21                       | 15:00 - 17:15                   |
| 3 UE, 1 x                         | Achalm-Alpaka Hof Wasserstetten |
| 22 €                              |                                 |
| In Kooperation mit ACHALM-ALPAKA. |                                 |

### Malen



#### Aquarellieren im Herbst

Bereits seit über vierzig Jahren leitet die Dapfener Künstlerin Frau Wenzel-Schwarz in bewährter Weise zwei Kurse, die sowohl für Anfänger\*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet sind. Auch Jugendliche ab 14 Jahren können an den Kursen teilnehmen. Bitte Materialliste, wenn erforderlich, bei der vhs-Außenstelle Gomadingen anfordern.

|            |                            |
|------------|----------------------------|
|            | Heidemarie Wenzel-Schwarz  |
| 212-81201  | Mo 20.09.21, 19:30 - 21:45 |
| 212-81202  | Di 21.09.21, 19:30 - 21:45 |
| 18 UE, 6 x | Feuerwehrhaus Gomadingen   |
| 83 €       |                            |

### Schönes aus der Töpferwerkstatt

In diesem Kurs werden Pflanzgefäße und schöne Dinge für den Garten hergestellt. Unter professioneller Anleitung entstehen mit Hilfe der Aufbautechnik eigene Unikate. Die Keramik wird später bemalt und glasiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material- und Glasurkosten werden nach Verbrauch im Kurs direkt abgerechnet. Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.

|   |   |
|---|---|
| 212-81210                               | Sandra Brauneisen   |
| Do 07.10.21                             | Do 07.10., 14.10., 21.10., 25.11. (Glasurtermin), jeweils 18:00-20:30 |
| 13 UE, 4 x                              | Sternbergschule Gomadingen, Werkraum                                  |
| 62 €                                    |   |
| In Kooperation mit der Sternbergschule. |   |

### Filzen

Mit Hilfe von warmem Wasser und Seife verwandelt sich weiche Wolle in festen Filz. Jede\*r Teilnehmer\*in gestaltet nach eigenen Möglichkeiten und Wünschen das eigene Projekt. Möglich ist es, liegende Tiere, zum Beispiel Schafe, Hunde, Katzen oder auch andere zu gestalten, ein Glas als Windlicht zu umfilzen, einen kleinen Teppich zu machen, eine Filzdose oder auch einen Ball zu filzen. So ist für jede\*n etwas dabei und alle können gemeinsam Filzen. Der Kurs ist sowohl für Erwachsene als auch für Kinder ab 5 Jahre geeignet. Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr von 20 Euro. Bitte das Alter bei der Anmeldung mit angeben. Materialkosten in Höhe von drei bis fünf Euro, je nach Verbrauch, werden direkt im Kurs abgerechnet. [www.albfilz.de](http://www.albfilz.de).

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81220   | Christiane Ludwig-Wolf     |
| Fr 12.11.21 | 15:00 - 18:00              |
| 4 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen |
| 25 €        |                            |



### Kreatives Gestalten

#### Buchfaltkunst

In diesem Kurs werden Sie mit der Technik der Buchfaltkunst vertraut gemacht. Bei der Buchfaltkunst wird jede einzelne Seite sorgfältig gefaltet, damit Worte oder Bilder plastisch aus den Büchern hervortreten. So entsteht Seite für Seite ein kleines Kunstwerk, das einen außergewöhnlichen und einzigartigen Blickfang bietet. Die Technik wird anschaulich vermittelt und jede\*r Teilnehmer\*in beginnt mit einem eigenen Buch. Eine kleine Auswahl gefalteter Bücher können auf dem Rathaus Gomadingen besichtigt werden. Pro Buch entsteht ein Unkostenbeitrag von vier Euro, die der Schülerfirma Albfalter zu Gute kommen und die im Kurs bezahlt werden. Bitte eine spitze Schere mitbringen.

|  |                            |
|--|----------------------------|
| 212-81240  | Erika Seitz                |
| Do 11.11.21  | 16:00 - 18:00              |
| 3 UE, 1 x  | Sternbergschule Gomadingen |
| 15 €   |                            |
| In Kooperation mit der Schülerfirma Albfalter der Gustav-Heinemann-Schule. |                            |

**Achtung Kursabsage:** Unterbelegte Kurse werden ca. fünf Tage vor Kursbeginn abgesagt. Bitte melden Sie sich deshalb rechtzeitig an! Es wäre doch schade, wenn wir gerade den Kurs absagen, den Sie besuchen wollen.

**Weidenkugeln im Chaosgeflecht**

Unter Anleitung einer Korbmachermeisterin stellt jede\*r Teilnehmer\*in in diesem Kurs ca. zwei bis drei Kugeln her, die sowohl im Innen- als auch im Außenbereich sehr dekorativ zur Geltung kommen. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet, die in der "Chaos-technik" verflochten wird. Durchmesser ca. 30 - 60 cm. Die Materialkosten in Höhe von ca. 10 bis 16 Euro (je nach Verbrauch) werden im Kurs eingesammelt. Bitte mitbringen: robuste Kleidung und eigene Verpflegung.

|             |                                      |
|-------------|--------------------------------------|
| 212-81231   | Monika Frischknecht                  |
| Fr 17.09.21 | 14:00 - 20:00                        |
| 7 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen, Werkraum |
| 54 €        |                                      |

**Musik****Cajon – Bau- und Trommelworkshop: "Baue deine eigene Cajon und lerne sie gleich zu spielen"**

Für alle zwischen 8 - 99 Jahren, Kinder von 8 - 11 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Die mittlerweile allseits bekannte und überaus beliebte Kistentrommel, Cajon, auch als Mini-Drumset bekannt, ist aus der heutigen Musikwelt nicht mehr weg zu denken. Die Einzigartigkeit liegt in der Holzschlagfläche, dem Sound und der leichten Bespielbarkeit. In diesem Cajon-Selbstbaukurs wird unter fachlicher Anleitung des Cajonspezialisten eine Cajon gebaut und im anschließenden Trommelworkshop gleich zum Einsatz gebracht. Material und Werkzeug wird vom Dozenten mitgebracht und die Materialkosten direkt im Kurs abgerechnet. Es werden die Bausätze des weltweit bekannten Cajon-Herstellers Schlagwerk verwendet, wobei drei Bausätze zur Auswahl stehen (Bitte bei der Anmeldung angeben):

1. CBA 1S (45 cm) - medium (Schlagfläche Birke hell, neutral); Preis: 40 Euro
2. CBA 2S (50 cm) - large (Schlagfläche Birke hell, neutral); Preis: 45 Euro
3. CBA 3SW Pro Wenge (50 cm) - large (Schlagfläche mit Wengefurnier, dunkel); Preis: 55 Euro

[www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

[www.schlagwerk.de](http://www.schlagwerk.de).

Bitte Getränk und Vesper sowie Geld für den entsprechenden Bausatz mitbringen.

|             |  |
|-------------|--|
| 212-81250   | Martin Sauer                               |
| Sa 05.02.22 | 10:00 - 16:00                              |
| 8 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen, Werkraum/Foyer |
| 58 €        |  |

**Trommeln auf der Cajon – Einstieg in die Cajon-Welt**

*Einsteigerworkshop für Jugendliche ab 13 Jahre und Erwachsene*

"Cajon spielen kann jeder und ist mehr als nur trommeln". Wer die Workshops von Martin Sauer besucht wird erfahren, was dieser Satz bedeutet. Der Cajon-spezialist und Musiker Martin Sauer zeigt in diesem Kurs die Grundtechniken des Cajonspielens. Anfängen bei Lockerungs- und Aufwärmübungen über die richtige Sitz- und Spielhaltung bis hin zu den grundlegenden Spiel- und Anschlagstechniken und einfachen Basis-Grooves. Die Teilnehmer\*innen erhalten von dem Schlagzeug- und Cajonlehrer einen Rundumschlag über die vielen Einsatzmöglichkeiten der faszinierenden Sitztrommel. Darüber hinaus erfährt man das Wichtigste über die Herkunft und Bauweise der weltweit beliebten Kistentrommel. Es stehen ausreichend Instrumente zur Verfügung, aber es darf auch gerne die eigene Cajon mitgebracht werden. [www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

|             |                                   |
|-------------|-----------------------------------|
| 212-81251   | Martin Sauer                      |
| Sa 12.02.22 | 10:00 - 12:30                     |
| 3 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen, Foyer |
| 37 €        |                                   |

**Trommeln auf der Cajon**

*Aufbauworkshop für Jugendliche ab 13 Jahre und Erwachsene*

In diesem Cajon-Aufbaukurs geht der Cajonspezialist Martin Sauer etwas tiefer in die Materie "Rhythmus auf der Cajon" ein. Die schon erlernten Spiel-Techniken bekommen Feinschliff und gemeinsam werden die gängigsten Rhythmen der Musikwelt erarbeitet und in der Gruppe gleich umgesetzt. Mit dem neu Erlernten wird dann getrommelt bis zum Abwinken. Es stehen ausreichend Cajons zur Verfügung, die Eigene darf gerne mitgebracht werden.

[www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

|             |                                   |
|-------------|-----------------------------------|
| 212-81252   | Martin Sauer                      |
| Sa 19.02.22 | 10:00 - 12:30                     |
| 3 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen, Foyer |
| 37 €        |                                   |

**Wer hat Lust auf Blockflöte?**

Zu diesem Kurs sind alle Musizierfreudigen eingeladen, mehrstimmige Musik auf möglichst tieferen Blockflöten wie Alt-, Tenor- und Bassflöten gemeinsam zu spielen. Dabei können impulsive Musikstücke sowohl aus alter als auch aus der neueren Zeit zum Einsatz kommen. Eine qualifizierte Anleitung wird das Zusammenspiel so unterstützen, dass besonders auf die Koordination von Hand-, Finger- und Atemtechnik im Hinblick auf Rhythmik, Phrasierung sowie Artikulation eingegangen wird. Lust auf Blockflöten ist hier angesagt.

Mitzubringen sind ein Notenständer sowie eine oder mehrere, auch nichtintakte, Blockflöten, welche evtl. mit einfachen Mitteln verbessert werden können.

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81254   | Eugen Nisch                |
| Mi 13.10.21 | 19:00 - 20:00              |
| 11 UE, 8 x  | Sternbergschule Gomadingen |
| 50 €        |                            |

**Kosmetik & Aussehen****Schminken leicht gemacht**

Sie haben sich schon oft gefragt, wie Make-Up, Lidschatten, Lippenstift und Co. richtig verwendet werden? Wie kann man sich gekonnt verschönern, ohne dabei angemalt zu wirken? Wie werden kleine Makel überdeckt? Mit der richtigen Auftragstechnik und einfachen Handgriffen wird das Ergebnis natürlich und typgerecht. Erfahren Sie von der staatlich anerkannten Kosmetikerin Jasmin Bähre viele Tipps und Tricks rund ums Schminken, verbunden mit einer Typberatung. Lassen Sie sich darauf ein, Ihr Gesicht ganz neu zu entdecken. Bitte mitbringen: großer Standspiegel und Haarband. [www.beautycase4you.de](http://www.beautycase4you.de).

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| 212-81308   | Jasmin Bähre                |
| Sa 09.10.21                                       | 14:00 - 17:00               |
| 4 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen  |
| 34 €  | (inkl. 12 € Materialkosten) |
| In Kooperation mit dem Schminkstudio Beauty-case. |                             |

**Schminken für Mütter und Töchter**

Ein ganz besonderes Schminkerlebnis für Mütter und Töchter. Der richtige Umgang mit Make-up & Co wird hier ganz einfach vermittelt. Einfache Schminktechniken für jedes Alter lassen Sie zum Strahlen bringen. Bitte mitbringen: großer Standspiegel und Haarband. [www.beautycase4you.de](http://www.beautycase4you.de).

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| 212-81309   | Jasmin Bähre                |
| Sa 29.01.22                                       | 14:00 - 17:00               |
| 4 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen  |
| 34 €  | (inkl. 12 € Materialkosten) |
| In Kooperation mit dem Schminkstudio Beauty-case. |                             |

**Entspannung & Bewegung****Gesundheitsschützendes Qigong**

Das gesundheitsschützende Qigong wurde auf der Basis alten Wissens und modernen medizinischen Erkenntnissen entwickelt. Die insgesamt acht Übungen dienen dazu, Stress abzubauen und die Funktionsfähigkeit des gesamten Organismus zu stärken. Mit diesen Übungen regulieren wir den Atem und fördern so die körperliche Entspannung. Langsame und geschmeidige Bewegungen werden mit der Atmung koordiniert, dadurch können Blockaden gelöst werden. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, Qigong kennen zu lernen und ist für jedes Alter geeignet. Die Übungen werden schrittweise angeleitet und schließlich zu einem gesamten Bewegungsablauf zusammengefügt. Jede Einheit wird mit einer Entspannungsübung abgeschlossen, so dass Sie entspannt den Abend genießen können.

Bitte lockere, bequeme Kleidung tragen.

|             |   |
|-------------|---|
| 212-81310   | Erika Seitz                                   |
| Mo 04.10.21 | 19:00 - 20:00                                 |
| 13 UE, 10 x | Feuerwehrhaus Gomadingen, Raum vom Sängerbund |
| 52 €        |   |

**Gesundheit & Bewegung****Rückenfitgruppe**

Mit viel Spaß und gezielten rückengerechten Übungen wollen wir unsere körperliche Leistungsfähigkeit erhalten und unser Wohlbefinden steigern. Das Übungsprogramm umfasst das Training des Herz-Kreislaufsystems, Kräftigungsübungen (Bauch, Rücken, Beckenboden, Beine und Po), Zirkeltraining sowie Dehnungs- und Entspannungsübungen. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

|             |  |
|-------------|--|
| 212-81320   | Petra Schrade                            |
| Mi 22.09.21 | 18:15 - 19:15                            |
| 25 UE, 19x  | Sternberghalle Gomadingen, Mehrzweckraum |
| 99 €        |  |

**Kursleiter\*in für Yoga-Kurse gesucht**

Die vhs-Außenstelle Gomadingen sucht dringend eine(n) Kursleiter\*in, der/die Yogastunden auf Honorarbasis anbieten möchte.

**Noch lange fit bleiben – Für Senior\*innen**

Alle, die schon im fortgeschrittenen Alter sind, können hier mit Gleichgesinnten etwas für ihre Vitalität und ihr Wohlbefinden tun. Ein Wechsel aus Anspannung und Entspannung bildet die Grundlage der Übungen aus unterschiedlichen Bereichen. Ganz besonders werden wir uns mit Übungen für den Rücken befassen. Bitte eine festliegende Unterlage, warme Socken und eine leichte Decke mitbringen.

|             |   |
|-------------|---|
| 212-81321   | Eugen Nisch                               |
| Di 12.10.21 | 8:00 - 9:00                               |
| 19 UE, 14 x | Kindergartengebäude Dapfen, Mehrzweckraum |
| 73 €        |   |

**Tischtennis Workshop**

Dieser Workshop richtet sich an alle ambitionierten Hobby- und Freizeit-Spieler\*innen, die sich etwas genauer mit dieser Sportart auseinandersetzen möchten. So werden unter professioneller Anleitung die verschiedenen Schlagtechniken näher erläutert und natürlich auch geübt. Darüber hinaus lernen die Teilnehmer\*innen einen regelkonformen Aufschlag und erfahren grundlegendes zur Rotation des kleinen Balles. Letztlich rundet auch etwas Regelkunde den Workshop ab. Natürlich gibt es auch die Gelegenheit, das Erlernete gleich beim Balleimertraining, am Ballroboter, bei kleinen Wettkampfspielen oder einfach im "freien Spiel" umzusetzen. Macht nichts, wenn Ihr keinen Schläger besitzt; dieser kann für den Workshop geliehen werden.

Bitte Sportkleidung, Turnschuhe und TT-Schläger (falls vorhanden) mitbringen.

|             |                           |
|-------------|---------------------------|
| 212-81326   | Dr. Thomas Helmer         |
| Sa 05.02.22 | 13:30 - 17:00             |
| 5 UE, 1 x   | Sternberghalle Gomadingen |
| 25 €        |                           |

**Bewegung im Wasser****Wassergymnastik**

Abwechslungsreiche ganzkörperbezogene Aquafitness-Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur, verbunden mit Elementen der Rückengymnastik. Für alle, die Spaß an der Bewegung und Entspannung im Wasser haben.

|             |                               |
|-------------|-------------------------------|
|             | Bernhard George               |
| 212-81322   | Di 21.09.21, 08:15 - 09:00    |
| 212-81323   | Di 21.09.21, 09:05 - 09:50    |
| 18 UE, 18 x | Sternberghallenbad Gomadingen |
| 130 €       | (inkl. Eintritt)              |

**Kursleiter\*innen gesucht**

Wir suchen für alle Fachbereiche ständig qualifizierte und kompetente Kursleiter\*innen, die Kurse für Erwachsene, Jugendliche und Kinder auf Honorarbasis anbieten. Wenn Sie Interesse haben, setzen Sie sich bitte mit der zuständigen Fachbereichsleitung in Verbindung. Wir freuen uns über Ihre Nachricht.

**Präsentation****Die optimale Präsentation – Erstellung mit PowerPoint**

Im Kurs werden unter Anwendung von PowerPoint folgende drei Arten von Präsentationen leicht verständlich vorgestellt und erläutert:

1. Fachvortrag
2. Vorstandspräsentation
3. (Bild-)Präsentation für "Omas Geburtstag"

Es wird die Struktur sowie der Aufbau dieser drei Präsentationsarten besprochen, wobei auch die zur Umsetzung benötigten Kenntnisse vermittelt werden. Dieser Kurs beleuchtet die vielseitigen Facetten von PowerPoint und dessen Einsatz im beruflichen sowie privaten Kontext und ist für alle Altersklassen vom Auszubildenden, Berufsanfänger bis hin zum Rentner geeignet. Ziel ist es, die Teilnehmer\*innen in die Lage zu versetzen, eine optisch ansprechende und auf das entsprechende Publikum zugeschnittene Aufbereitung mit Hilfe von PowerPoint zu realisieren. Voraussetzung: sicherer Umgang mit dem Windows PC.

Eigener Laptop mit Microsoft Office 2016, 2019 oder 365 wäre vorteilhaft; bei Bedarf kann aber auch ein Laptop geliehen werden (Bitte bei der Anmeldung angeben).

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81510   | Marc Helmer                |
| Sa 20.11.21 | 09:00 - 12:00              |
| 4 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen |
| 24 €        |                            |

**EDV-Grundlagen****Erste Schritte mit dem Windows-PC für Einsteiger\*innen und Senior\*innen**

Der Kurs spricht speziell ältere Personen an, die in die Welt des Computers in angepasstem Lerntempo einsteigen möchten. Er ist aber auch für Jüngere geeignet, die einen langsameren Einstieg bevorzugen. Die Teilnehmer\*innen bekommen eine grundlegende Einführung in die Funktionsweise und Bedienung eines PCs, um sicheren Umgang und Nutzung im Alltag zu ermöglichen. Inhalte sind unter anderem: rudimentäres Verständnis des Windows Betriebssystems; Dateien verwalten, speichern, auf andere Medienträger übertragen; Informationen suchen und finden (Internet); Dateien aus dem Internet herunterladen; Programme installieren; Mails versenden und empfangen, ... Gerne kann diesbezüglich auf die Interessen der Teilnehmer\*innen eingegangen werden. Bei Interesse kann der Kurs fortgeführt werden.

Eigener Laptop ist vorteilhaft; bei Bedarf kann aber auch ein Laptop geliehen werden (Bitte bei der Anmeldung angeben). Im Voraus sollte zudem ein Mail-Konto angelegt sein.

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81511   | Marc Helmer                |
| Sa 20.11.21 | 14:30 - 17:00              |
| 3 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen |
| 20 €        |                            |

**Android Smartphone für Einsteiger\*innen und Senior\*innen**

Smartphones können mehr als nur telefonieren, sie haben sich zu Minicomputern entwickelt. In reduziertem Lerntempo verschaffen wir uns einen Überblick über die Möglichkeiten unseres Smartphones und es wird der Umgang mit dem Gerät erläutert und geübt, um den täglichen Gebrauch zu erleichtern: grundlegende Einführung in die Funktionsweise und Bedienung, Grundlegende Sicherheitsfunktionen (SIM-Karte, Handysperre), Installation und Umgang mit Apps, soziale Nachrichtendienste (z. B. WhatsApp, SMS), WLAN und Internet, Google-Konto einrichten, E-Mail-Funktionen, Termine und Kontakte, Navigation, ... Bei Interesse kann der Kurs fortgeführt werden. Bitte bringen Sie Ihr eigenes aufgeladenes Smartphone sowie das zugehörige USB-Ladekabel mit. Außerdem wird ein Laptop benötigt. Bei Bedarf kann aber auch ein Laptop geliehen werden (Bitte bei der Anmeldung angeben).

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81512   | Marc Helmer                |
| Sa 04.12.21 | 9:00 - 11:30               |
| 3 UE, 1 x   | Sternbergschule Gomadingen |
| 20 €        |                            |

**Natur jvhs****Auf den Spuren der Drachen**

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

An einem Nachmittag möchten wir uns mit den fantastischen Drachen beschäftigen. Gab es diese geheimnisvollen Geschöpfe wirklich? Welche heutigen Tiere sind den Drachen ähnlich? Weißt du eigentlich, dass die Libelle auf Englisch "dragonfly" heißt? Haben wir Menschen auch Drachenkraft? All dies wollen wir erforschen. Wir werden auch Drachenfutter zubereiten und einen Hosentäschendrachen herstellen.

Materialkosten von 2 Euro werden im Kurs eingesammelt.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, nassen Waschlappen in der Dose, eine Schüssel und Besteck sowie ein Getränk.

|             |                                |
|-------------|--------------------------------|
| 212-81101   | Nicole Baumann & Verena Hirrlé |
| Fr 01.10.21 | 15:00 - 18:00                  |
| 4 UE, 1 x   | Treffpunkt: auf Eichach        |
| 19 €        |                                |

**Kreatives Gestalten jvhs****Töpferei für Kinder**

Ton ist ein Material, das alle Sinne anspricht. In diesem Kurs lernen die Kinder das freie Modellieren mit Ton kennen. Unter fachkundiger Anleitung lassen sich eigene Ideen verwirklichen und nehmen Gestalt an. Es entstehen Figuren, Tiere, Gefäße und vieles mehr und es können auch kleine Geschenke angefertigt werden. Die Keramik wird später bemalt und glasiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material- und Glasurkosten in Höhe von zehn Euro werden direkt im Kurs abgerechnet. Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.

|   |   |
|---|---|
| 212-81211                               | Sandra Brauneisen   |
| Do 14.10.21                             | Do 14.10., 21.10., 28.10., 25.11. (Glasurtermin), jeweils 15:00-17:30 |
| 13 UE, 4 x                              | Sternbergschule Gomadingen, Werkraum                                  |
| 56 €                                    |   |
| In Kooperation mit der Sternbergschule. |   |

**Musik jvhs****Klavier- oder Keyboard-Unterricht für Kinder – Einzelunterricht**

Die Freude am Musizieren/Spielen steht hier im Mittelpunkt. Der Weg ist das Ziel. "Learning by doing" ist hier angesagt. Die Noten gesellen sich dann dazu und ergänzen den Lernvorgang mit einer den Gegebenheiten angepassten Musikauswahl. Auch zu zweit ist die Musizierstunde möglich, wodurch sich der Preis dann um jeweils 50 % reduziert. Die Abbuchung erfolgt in zwei Monatsraten. Der Unterricht findet in der Sternbergschule in Gomadingen oder nach Vereinbarung statt. Prinzipiell ist der Unterricht auch für Erwachsene möglich.

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 212-81255   | Eugen Nisch                |
|             | Termine nach Absprache.    |
| 14 UE, 14 x | Sternbergschule Gomadingen |
| 315 €       |                            |

**Backen & Kochen jvhs****Alles Selbstgemacht 1!**

*Kinderkochkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren*

Ihr wolltet schon immer einmal wissen, wie man selbst Maultaschen, Nudeln, Hamburger, Schupfnudeln oder "kalten Hund" herstellt? Dann seid ihr bei diesem Selbermach-Kochkurs genau richtig. Lasst euch überraschen, mit was für Kniffen und Zutaten ihr eure Gerichte erschafft. Eins ist sicher: selbstgemacht schmeckt immer am besten. Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

|   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 212-81351                               | Waltraud Treß                     |
| Mo 27.09.21                             | 15:30 - 17:00                     |
| 8 UE, 4 x                               | Sternbergschule Gomadingen, Küche |
| 36 €                                    |                                   |
| In Kooperation mit der Sternbergschule. |                                   |

Fragen rund um Ihren Kursbesuch beantworten wir in unseren FAQ in unserem Servicebereich unter [www.vhsbm.de](http://www.vhsbm.de).

**Alles Selbstgemacht 2!**

*Kinderkochkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren*

In diesem Kochkurs lernt ihr wie man selbst Kartoffelchips, Nudeln, Marmelade, Müsliriegel oder auch Beerensaft herstellt. Und lasst euch einfach überraschen, was ihr sonst noch alles macht. Eins ist sicher: selbstgemacht schmeckt immer am besten! Eure Eltern werden staunen, was für Leckereien ihr zubereiten könnt. Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

|   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 212-81352                               | Waltraud Treß                     |
| Mo 24.01.22                             | 15:30 - 17:00                     |
| 8 UE, 4 x                               | Sternbergschule Gomadingen, Küche |
| 36 €                                    |                                   |
| In Kooperation mit der Sternbergschule. |                                   |

**In der Weihnachtsbäckerei...**

*Kinderbackkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren*

Mit viel Spaß backen wir verschiedene Sachen, die besonders in die Adventszeit passen. Ob Brot, Kuchen, Weihnachtsplätzchen oder Waffeln, lasst euch einfach überraschen, was sich Frau Treß alles für euch ausgedacht hat. Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

|   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 212-81353                               | Waltraud Treß                     |
| Mo 22.11.21                             | 15:30 - 17:00                     |
| 8 UE, 4 x                               | Sternbergschule Gomadingen, Küche |
| 36 €                                    |                                   |
| In Kooperation mit der Sternbergschule. |                                   |

# BFD



## Der Bundesfreiwilligendienst

### Zeit, das Richtige zu tun.

Unsere Biosphärenvolkshochschule bietet eine Stelle für Bundesfreiwilligendienstleistende an.

Wenn Sie eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit suchen, bei der Sie interessante Menschen und Arbeitsfelder kennen lernen, sind Sie bei uns genau richtig.

Sie können bei uns wertvolle Erfahrungen sammeln, die Ihnen im weiteren persönlichen und beruflichen Leben hilfreich sein werden.

Das Aufgabenspektrum der vhs lässt dafür diverse Möglichkeiten zu, denn wir agieren auf vielen Feldern, die für den Bundesfreiwilligendienst in Frage kommen:

Der **pädagogische Einsatz** besteht in der Assistenz für die Lehrkraft in unseren Integrationsmaßnahmen und in den Deutschkursen für jugendliche und erwachsene Migrant\*innen und Flüchtlinge. Sie wirken mit bei der Vorbereitung von Lernmaterial, als Lernbegleiter\*in bei Übungen, Sprachtraining und beim Online-Lernen. Sie helfen bei der Vorbereitung und Durchführung von Exkursionen sowie von Projekten in der Region.

**Programm- und Veranstaltungsmanagement**

Unterstützung der programmverantwortlichen Pädagog\*innen der vhs bei planerischen und organisatorischen Aufgaben, z.B. Recherchen, Veranstaltungsplanung, Pflege von Verteilerlisten, Veranstaltungsbetreuung, ggf. Abendkurs- und Wochenendservice für Veranstaltungen.

**Geschäftsstelle, Öffentlichkeitsarbeit und Verwaltung**

Unterstützung der Verwaltung, Annahme von Anmeldungen, Dateneingabe, Inventarisierung, Protokolle, Auswertungen usw. Mitwirkung bei Versandaktionen, Plakatverteilung, Recherchen, Mitwirkung bei Kurzreportagen, Mitwirkung bei Satz und Layout für Flyer, Druckaufgaben, Fotodokumentation, Homepage, Fragebogenaktionen, uvm.

**Technische Unterstützung**

Assistenz bei Hausmeisterdiensten, Botendienste, Postverteilung, Programmverteilung, Unterstützung des EDV-Administrators bei praktischen und technischen Arbeiten.

**In der Regel handelt es sich beim Einsatz um einen Aufgabenmix, wobei wir Ihre Fähigkeiten und Neigungen nach Möglichkeit berücksichtigen und das Aufgabengebiet gemeinsam abstimmen.**

**Interesse?**

Rufen Sie uns an unter Tel. 07381 715998-0 oder schreiben Sie uns eine E-Mail an [info@vhsbm.de](mailto:info@vhsbm.de).